

Centrum celoživotního vzdělávání - zařízení pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Pardubického kraje

Mozartova 449, 530 09 Pardubice, tel. 466 536 530
E-mail: info@ccvpardubice.cz Web: http://www.ccvpardubice.cz IČO 750 61 074

POZVÁNKA NA VZDĚLÁVACÍ AKCI

Vážená paní, vážený pane, dovoluujeme si Vás pozvat na vzdělávací akci č. 1104191 Posilování a stretching pro děti, která je doporučena pro učitele MŠ, 1. stupně ZŠ.

11 Člověk a zdraví (tělesná výchova, výchova ke zdraví)

1104191	Posilování a stretching pro děti
Doporučeno pro:	učitele MŠ, 1. stupně ZŠ
Termín konání:	26. října 2018 od 09:00
Rozsah:	4 vyučovací hodiny
Místo konání:	CCV Pardubice, Mozartova 449, tělocvična gymnázia
Spojení:	MHD č. 2, 6, 9, 13, 18 - zastávka Polabiny, Kpt. Bartoše
Lektor:	Markéta Buderová, odborná fyzioterapeutka a cvičitelka pohybového studia Hroch
Garant za CCV:	Leona Mašková
Tematická náplň:	Součástí zdravého vývoje dítěte je i přiměřené fyzické zatížení. Stejně tvrzení lze aplikovat i na protahování celého svalového aparátu dětí. Posilování ve správné míře a na správné úrovni zlepšuje držení těla a vytváří silnější svalové obaly pro křehké kostry dětí. Ruku v ruce s posilováním jde i stretching, který svaly naopak protahuje a zachovává tak jejich pružnost. Posilování i stretching je opatřením proti zlomeninám kostí a svalovým zraněním. Seminář Posilování a stretching pro děti je zaměřen na zábavné formy posilování a protahování. Dále na cviky, hry a soutěže, které lze využít k účinnému posilování a protahování. Vhodné pomůcky pro posilování a protahování - budou představeny malý míč (overball), gymnastický míč, balanční podložka (čočka). Seminář obsahuje teoretickou i praktickou část. Představení posilovacích cviků jako prostředku k vyladění organismu dětí - přípravu na ostatní sporty. Účastníci se naučí efektivně využívat pomůcek a probudit v dětech zájem o cvičení. Zohledňuje věkové zvláštnosti dětí v období růstu, klade důraz na přiměřenou zátěž.
Akreditace:	MSMT-13393/2018-2-435
Účastnický poplatek:	700 Kč
Poznámka:	Pokud máte overball, tak si ho vezměte s sebou!

V případě zájmu o uvedenou akci vyplňte, prosím níže přiloženou přihlášku a zašlete ji obratem na e-mailovou adresu nejpozději do uzávěrky přihlášek.

ZÁVAZNÁ PŘIHLÁŠKA

1104191 Posilování a stretching pro děti

Jméno, příjmení, titul:

Datum narození:

Místo narození:

Kontakt na přihlášeného účastníka:

Název, adresa školy, šk. zařízení:

IČO:

Telefon, e-mail školy:

Platba: v hotovosti / na fakturu

Přihlašovat se můžete odesláním této vyplněné přihlášky e-mailem nebo přímo na stránkách www.ccvpardubice.cz, kde najdete uvedenou akci v databázi školení pod odkazem "**11 Člověk a zdraví (tělesná výchova, výchova ke zdraví)**"

Počet míst na semináři je omezen kapacitou učebny, v případě překročení kapacity rozhoduje o zařazení mezi účastníky datum přijetí přihlášky.

Seminář proběhne v případě naplněné potřebné kapacity k uskutečnění semináře.

Při neúčasti nebo zrušení účasti po uzávěrce se zavazujeme uhradit účastnický poplatek.

Vyplněním přihlášky souhlasím se zavedením do evidence účastníků vzdělávacích akcí (podle zák. č. 101/2000 Sb.).

.....
Razítko a podpis ředitele